

□ Citim si auzim despre foarte multe remedii, plante, terapii miraculoase, uneori chiar usor "exotice". De aceea atunci cand vine vorba despre apa, ni se pare ca fiind prea la indemana pentru a o considera un posibil tratament.

□□□□□□ **Apa este una dintre substantele miraculoase pentru insanatosire. Este un remediu la indemana oricui. Aceasta metoda nemedicamentoasa se poate aplica sub forma de: bai, dusuri, comprese, afuziuni, sauna etc. Apa a fost de fapt cea dintai metoda de lecuire. Din pacate, atunci cand esti obosit nu recurgi la terapia cu apa, ci la medicamente sintetice.**

Apa este medicamentul universal aflat in arsenalele terapeutice ale tuturor popoarelor. Acest medicament actioneaza prin factori: termici, mecanici sau chimici. Toate metodele se pot aplica si acasa.

Frectia cu apa rece se poate folosi ca procedura de calire. Metoda este simpla, prin frecarea cu un prosop imbibat in apa rece. Dusul cu apa rece este un masaj de intarire a organismului. Dusul poate fi alternativ, apa rece cu apa calda. Mersul prin apa rece pe pietre este deosebit de reconfortant, pentru ca se exercita o forta asupra talpilor (masaj reflexogen), asociata cu preluarea energiilor de catre apa. Mersul se poate face si prin iarba umeda, pe un prosop umed, pe zapada sau chiar baie intr-un lighean.

Compresa consta in aplicarea pe piele a unei bucati de material inmuata in apa. Acestea pot fi reci, calde sau fierbinti. Compresele ajuta la amplificarea circulatiei sanguine.

Impachetarile sunt la fel: reci si calde, partiale sau generale. Metoda consta in invelirea persoanei in cearsafuri, prosoape sau alte panze ude. Se folosesc la modificarea temperaturii corpului.

Baile sunt: reci, calde si fierbinti, generale sau partiale. Afuziunile constau in aplicarea cu ajutorul unui furtun, cu sau fara stropitoare, a apei fara presiune pe anumite zone ale corpului. Se poate aplica cu apa rece sau calda.

Baile de aburi sunt partiale sau generale, se pot face la domiciliu sau in locuri amenajate special. Sauna este cunoscuta din vechime. Pentru obtinerea aburului se folosesc: sobe

electrice sau cu lemne peste care se aseaza o plita de granit sau pietre care se incing si peste care se arunca apa, din cand in cand, pentru producerea aburului.

Apa are o mare calitate, aceea de a prelua energiile negative adunate in timpul zilei. De aceea se recomanda ca la sfarsitul fiecarei zile sa faceti o baie sau un dus care, pe langa masajul produs de apa (caldura produce vasodilatatie dar si energizare), ajuta si la eliminarea energiilor negative adunate in timpul zilei.

Apa este o substanta cu calitati speciale, diferita de alte substante. Astfel, prin solidificare, ea isi mareste volumul, nu isi micsoreaza volumul ca celelalte materiale. Forma cristalului obtinut prin solidificare este foarte diferita, avand nenumarate forme, in functie de foarte multe conditii: presiune, impuritati, temperatura, saruri, etc. La alte materiale forma cristalului dupa solidificare este unica. La apa molecula nu este sferica ci are forma unei picaturi. Toate acestea, cat si alte calitati ale apei, sunt cunoscute drept anomalii ale apei.

Apa de mare este un tratament stravechi. Ea contine saruri bune pentru organismul uman. Sarea de mare contine magneziu ce actioneaza asupra nervilor. Baile de soare ajuta la fixarea calciului in oase. Valurile marilor sau oceanelor sunt un beneficiu pentru organism, atat pentru corpul fizic, realizand un masaj natural, cat si pentru psihic. Namolurile contin nenumarate substante ce sunt folosite ca remedii naturale impotriva multor boli. Sarea este cunoscuta ca un cristal ce are capacitatea de a prelua energiile negative din jur.

Acest articol este extras din cartea *Mic ghid de parapsihologie* scrisa de *Liviu Andronovici* si aparuta la Editura Deceneu

sursa: www.edituradeceneu.ro